



# あつべつ

編集  
厚別区総務企画課広聴係  
〒004-8612  
厚別区厚別中央1条5丁目  
TEL 895-2428  
FAX 895-2403

## あつべつ暮らしの風景



区内の出来事、写真で紹介!



8月25日 陽だまりロード 他

### 楽しく歩きながら健康づくり

～ノルディックウォーキング体験講座～

運動機能が低下することで寝たきりや介護が必要な状態になる「ロコモティブシンドローム」の予防と健康の維持増進を図ることを目的に、厚別区が羊ヶ丘病院と協力して開催。18人の区民が参加し、談笑したり草木を見たりしながら、ウォーキングを楽しみました。

### 地域のみんなで災害に備えよう!

～平成29年度厚別区防災訓練～

防災意識の向上や、防災関係機関と区民の連携強化を目的に、厚別区が企画。厚別東地区の住民、防災関係機関の職員、厚別中学校の生徒ら365人が参加しました。この日は「震度7の揺れが観測され、家屋の倒壊や火災などが発生した」という想定で、消火訓練や応急担架作成訓練などを行いました。



8月29日 札幌市立厚別中学校

### 楽しく遊んで触れ合いを

～第24回厚別区子どもまつり～

子どもが楽しく遊んだり、祭りの運営に携わって社会経験をしたりする場を作ろうと、札幌市子ども会育成連合会厚別区支部が開催。会場では食べ物やくじ引きなどの出店が多数並び、子どもたちが元気に呼び込みをしていました。毎年人気の巨大迷路では、行く先々でカラフルな装飾が待ち受けており、子どもたちは楽しみながら挑戦していました。



9月3日 ふれあい広場あつべつ

## あつべつカレンダー 10/11～11/10

本誌に掲載している情報から抜粋  
詳細は厚別2号から厚別8号を  
ご覧ください。

PO 厚別〇号 〇 子ども向け行事

### 2017 10

- 11 水 〇 就職支援セミナー申込開始 P4
- 11 水 〇 転倒予防と認知症予防運動  
申込開始 P6
- 11 水 〇 健康フェスタ申込開始 P7
- 11 水 〇 国民健康保険料夜間納付相談  
申込開始 P4
- 11 水 〇 あつべつ健康ランチ料理講習会  
～お弁当編～申込開始 P4
- 12 木 〇 医療講演会「浮腫軽減のための  
足マッサージ」申込開始 P6
- 12 木 〇 子育て講座「こどものみ・かた  
(子育てコーチング)申込開始 P8
- 13 金 〇
- 14 土 〇 たのしいお話会 P7
- 14 土 〇 厚別西地区センター文化祭  
(～15日) P7
- 15 日 〇
- 16 月 〇 特別講座「なるほどカカオ・  
チョコレートセミナー」申込開始 P6
- 17 火 〇 一日行政相談会 P5
- 18 水 〇
- 19 木 〇 地域健康教室「胃痛・胃もたれ  
～機能性ディスペプシアについて」 P4
- 20 金 〇 あつべつ花フェスタ2017秋 P5
- 21 土 〇 たのしいお話会 P7
- 22 日 〇 住民集団健康診査 P5
- 23 月 〇
- 24 火 〇 地域健康教室「ロコモティブ  
シンドロームについて」 P4
- 25 水 〇
- 26 木 〇 あつべつ食の文化祭2017  
(～28日) P2・3
- 26 木 〇 国民健康保険料夜間納付相談 P4
- 26 木 〇 図書展示「大人のための絵本」  
(～11/21) P7
- 27 金 〇
- 28 土 〇 たのしいお話会 P7
- 29 日 〇
- 30 月 〇 厚別区民センター文化祭  
(～11/3) P6
- 31 火 〇 がん検診申込締切(11/14実施分) P4

### 2017 11

- 1 水 〇
- 2 木 〇
- 3 金 〇
- 4 土 〇 たのしいお話会 P7
- 5 日 〇
- 6 月 〇 「ぐるんぱ」おはなし会 P7
- 7 火 〇
- 8 水 〇 市民健康教育「これだけは知って  
おきたい高血圧症」 P4
- 8 水 〇 住民集団健康診査 P5
- 9 木 〇 国民健康保険料夜間納付相談 P4
- 10 金 〇

### 厚別区の人口・世帯数

9月1日現在 ( ) は前月比  
人 〇 126,467人 (-53)  
男 57,575人 (-27)  
女 68,892人 (-26)  
世帯数 56,309世帯 (+5)



今年で2回目!

# 2017 あつべつ 食の文化祭



10/26(木)  
~28(土)

【詳細】 あつべつ食の文化祭2017実行委員会  
(地域振興課内) ☎895-2442

## 高校生と企業のコラボ商品を販売!

区内の高校生が部活動や授業の一環として、食品企業との商品開発に取り組みました。当日は、商品の販売や調理補助なども行います!

### 北海道札幌東商業高等学校

#### & サンマルコ食品(株) **新**

大学いも風味のコロッケを販売。イモに混ぜ込んだクルミとゴマが食感のアクセントになっています。「子どもから大人までみんなに食べてもらえるコロッケを作ろう!」という思いを込めて作られた商品です。

#### & オルソン(株) **新再**

高校生が味付けや調理法などを考えた珍味を販売。どんな味が登場するかは当日のお楽しみ! 昨年の文化祭で大好評だった、ピリリと効いたワサビの味が癖になる鮭とば「わさとば」の再販売も行います。



ピリリとうまい!

昨年の文化祭で登場した第1弾コラボコロッケを7月にイオン各店で限定販売! 大好評でした!



私たちと企業さんと一緒に

他にも楽しい企画がいっぱい

### レシピコンテストに投票しよう!

会場内に「あつべつアイデアレシピコンテスト2017」の応募レシピが展示されます。来場者からの投票が最も多かったレシピをあつべつ区民協議会賞として表彰します。



**投票期間** 10/26(木)・27(金) 10時~21時  
※ 結果発表・表彰式は10/28(土) 11時から

文化祭の参加ホテルによる特別賞もあり、新さっぽろアーケシティホテルは特別賞のレシピをメニュー化予定!

### 厚別ゆかりの「食」を知ろう!

パネルや大型スクリーンで、文化祭に参加している区内の食品企業の概要や製品の紹介が行われます。また、一部の企業は製品販売(各日10時~20時)や、試食(各日11時から)を行います。中にはあまり市販されていない製品や新商品もあるので要チェック!

食品企業

オルソン(株)、(株)川西製館所<sup>あん</sup>、サッポロウエシマコービー(株)、サンマルコ食品(株)、新札幌乳業(株)、(株)北海道チクレンミート、モロゾフ(株)

**あつべつ食の文化祭**は、区内6地区のまちづくり会議や学校、企業、個人などで構成されている「あつべつ区民協議会」が、食を通じた地域の魅力アップや地域交流の活性化を目的に昨年から開催しているイベントです。今月の特集では、区内の高校生と食品企業が共同開発したコラボ商品の販売、レシピコンテストの投票など、あつべつ食の文化祭2017の見どころを紹介します！

## 開催概要

**10/26(木)～28(土)**  
**10時～21時**  
**サンピアザ1階光の広場**  
**(厚別中央2の5)**  
**入場無料(物販は有料)**

マークの説明

**新** = 新商品

**再** = 再販売

※ 商品の内容は変更になる場合があります。価格は会場でご確認ください。



## 北星学園大学付属高等学校

### & サンマルコ食品(株) **新**

ドリア風のご飯にクリームコロッケを組み合わせたオリジナルの弁当を販売。コロッケのサクサク感とクリームソースの濃厚さがマッチし、開発した高校生たちも大満足のおいしさ！

### & オルソン(株) **再**

手軽においしく調理できる「炊きこみご飯の素」(バターコーン味、和風カレー味、ガーリックトマト味の3種類)と「鮭とばクリームチーズ」を販売。クリームチーズはフランスパンに塗って、オリーブオイルを少し垂らして食べるのがおすすめ！

パッケージも高校生がデザイン！



つくった自信作です！



ドキドキの試食会！



昨年の文化祭では行列ができるほどの人気！



ここも注目！

### パネルで工場見学体験

厚別区の食品工場をのぞいてみよう！

普段は見るできない参加企業の食品工場の写真が展示されます。



### 一足延ばして ホテルで「あつべつランチ」

ホテルエミシア札幌31階「ラ・ステラ」(厚別中央2の5)では、参加企業の製品を使った「あつべつランチ」(税・サービス料込み1,600円)がコース仕立てで提供されます。**【メニュー】**ワンプレート(パスタ・キーマカレー・手まり寿司)、スープ、デザート、パン、コーヒーまたは紅茶



**提供期間** 10/26(木)～28(土) 11時30分～14時30分  
 (ラストオーダー14時) ※数量限定、売り切れ次第終了

協力企業  
ホテル

イオン北海道(株)、㈱札幌副都心開発公社、新さっぽろアークシティホテル、ホテルエミシア札幌

※五十音順





## 厚別区からの

# お知らせ

10月



10月11日からの内容を掲載しています

### 主な札幌市の施設・窓口一覧

- 厚別区役所 〒004-8612 厚別区厚別中央1の5 ☎895-2400(代表)
- 厚別保健センター ☎895-1881 ●厚別区土木センター☎897-3800  
(厚別中央1の5) (厚別町下野幌45-39)
- まちづくりセンター
- 厚別中央 (厚別中央4の3) ☎891-3907 もみじ台 (もみじ台北7) ☎897-6121
- 厚別南 (厚別南1) ☎891-1666 青葉 (青葉町3) ☎892-8177
- 厚別西 (厚別西2の3) ☎891-4555 厚別東 (厚別東4の4) ☎897-2885
- 厚別図書館 ☎894-1590 ●東部市税事務所(大谷地東2)☎802-3912
- 厚別区民センター ☎894-1581 ●厚別消防署 (厚別中央1の5)☎892-2100  
(以上、厚別中央1の5)

### 申込時の 必要事項

①行事名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤連絡先(電話番号・ファクス番号・メールアドレスなど)  
※その他の必要事項については、▶申込方法 に記載しています。

### 国民健康保険料夜間納付相談 **HP**

日中来庁できない方のために、  
夜間納付相談を行っています。

▶実施日時 10月12日(木)、26日(木)、  
11月9日(木)20時まで

▶場所 厚別区役所1階9番窓口  
(庁舎東側の時間外出入口からお入りください)

**詳細** 保険年金課収納係 ☎895-2597



### 胃がん・大腸がん検診 **HP**

▶日時 11月14日(火)、29日(水)、30日(木)  
8時45分～10時

▶会場 厚別保健センター

▶対象 40歳以上

▶費用 胃がん(バリウム)700円、  
大腸がん(検便)400円 ※減免制度有り

▶申込方法 各検診日の2週間前までに電話かFAX  
またはEメールで

▶その他 1週間前までに採便キットなどを送付します。

**申込先** 札幌市コールセンター ☎222-4894

**FAX**221-4894、**E**info4894@city.sapporo.jp

### 就業サポートセンター 就職支援セミナー

▶内容 ①基礎から学べる就職活動スタートセミナー  
②面接対策セミナー

▶日時 10月20日(金)①10時～12時、②13時～15時

▶会場 厚別区民センター

▶対象 厚別区在住で求職中の方

▶定員 各24人【先着順】

▶費用 無料

▶申込方法 10月11日(水)～19日(木)に電話で  
(受付時間:8時45分～17時)

**申込先** 就業サポートセンター ☎708-8321

### あつべつ健康ランチ料理講習会～お弁当編～

管理栄養士の<sup>おおや さゆり</sup>大矢小百合さんを講師に迎え、主食・主  
菜・副菜のバランスを意識する「3:1:2お弁当法」を活  
用した、健康的な食生活を実践するための講話と調  
理実習を行います。

▶日時 10月24日(火)10時～13時

▶会場 厚別区民センター

▶対象 厚別区在住の方

▶定員 20人【先着順】 ▶費用 無料

▶申込方法 10月12日(木)から電話かFAXまたは  
Eメールで

▶持ち物 筆記用具、エプロン、バンダナ

**申込先** 健康・子ども課 ☎895-1881

**FAX**895-5922、**E**at.kenko.diet@city.sapporo.jp

### 各種健康講座のお知らせ

※全て厚別区在住の方が対象で費用は無料。  
直接会場へ

#### ■地域健康教室

「胃痛・胃もたれ～機能性ディスペプシアについて」

▶講師 札幌藤島クリニック 院長 柳内 良之 医師

▶日時 10月19日(木)14時～15時30分

▶会場 小野幌会館(厚別東4の4)

「ロコモティブシンドロームについて」

▶講師 札幌徳洲会病院 整形外科部長

<sup>みやぎ のぼる</sup>宮城 登 医師

▶日時 10月24日(火)14時～15時30分

▶会場 もみじ台管理センター(もみじ台北7)

■市民健康教育「これだけは知っておきたい高血圧症」

▶講師 新札幌循環器病院 院長 <sup>かんき かずしげ</sup>神吉 和重 医師

▶日時 11月8日(水)13時30分～15時

▶会場 厚別信濃会館(厚別中央4の3)

**詳細** 健康・子ども課 ☎895-1881

## 厚別区交通事故件数

死傷事故発生件数211件(+6) 死者数1人(+1) 負傷者数232人(+6)

※平成29年1月1日～9月10日現在 ( )内は前年比

## 住民集団健康診査 予約不要。直接会場へお越しください。

広告

月日	受付時間	実施会場	健診種目
10/22(日)	9時30分～11時	厚別区民センター	①健康診査
11/8(水)	9時30分～11時30分		②胸部X線検査
	13時30分～15時		③肝炎ウイルス検査

- ▷対象 ①40歳以上の国民健康保険加入者・生活保護世帯員・支援給付世帯員、後期高齢者医療保険加入者、②40歳以上の方、③過去に受診したことがない方  
▷その他 費用や持ち物などの詳細は、受診券やパンフレットでご確認ください。

【詳細】厚別保健センター ☎895-1881

## 一日行政相談会

10月16日(月)～22日(日)の行政相談週間に合わせた相談会です。行政相談委員が国や独立行政法人などの仕事に関する相談や苦情を受け付けます。

▷日時 10月17日(火)13時～16時

▷会場 厚別区役所1階 ▷費用 無料。直接会場へ

### 行政相談

厚別区役所で毎週火曜日(祝・休日、12月29日～1月3日を除く)13時～16時に行政相談を行っている他、相談日以外にも右記の各委員が電話で相談に応じています。

【詳細】総務企画課広聴係 ☎895-2428



### <厚別区の行政相談委員>

いしはら むつこ  
石原 睦子 ☎897-4777

つみ かずえ  
堤 和恵 ☎891-2834

どうまえ あきら  
堂前 晃 ☎090-1644-2644

## あつべつ花フェスタ2017秋 HP

「魅せるガーデニング～オープンガーデンから育む花のまちづくりと魅力的なガーデン作りのコツ～」をテーマに、ガーデンライフアドバイザーの内倉真裕美(うちくらまゆみ)さんが講演します。「厚別区フラワーガーデニングコンテスト2017」の表彰式も同時開催。

▷日時 10月20日(金)13時30分～15時30分

▷会場 サンピアザ1階光の広場(厚別中央2の5)

▷費用 無料。直接会場へ

▷その他 80人分の座席有り。座席が埋まった場合は立ち見となります。

【詳細】地域振興課 ☎895-2442



## テレビとアプリで お知らせ配信中!

広報さっぽろのお知らせが地上デジタルテレビ5チャンネル(STV)のデータ放送と無料配信のスマートフォンアプリ「iさっぽろ」で見ることができます。

テレビ アプリ



Android版 (OS 5.0以上)



iPhone版 (OS 8.0以上)

↑またはこちらから

5チャンネルで「iさっぽろ」で検索!

## 2018年5月号から広報さっぽろがリニューアル

- ◎市の取り組みや課題を伝える特集記事が充実!
- ◎イベントや講座などの情報は地上デジタルテレビやアプリでより詳しくお知らせし、広報さっぽろのお知らせページは少なくなります。

## 厚別南地区センターからのお知らせ

会場・申込先 厚別南地区センター〔上野幌小学校4階(厚別南7)〕  
☎896-3000、FAX896-4990、Eatsunan-tikucenter@bz01.plala.or.jp

講座名	日時	定員	費用
①味噌作り	10/27(金)10時～12時	18人	1,400円(材料費込み)
②転倒予防と認知症予防運動	10/27(金)13時～15時	20人	無料
③日本茶専門カフェ 「にちげつ」による日本茶講座	11/8(水)、15(水)、22(水) 10時～11時30分【全3回】	12人	2,300円(材料費込み)
④パソコンで写真入り オリジナル年賀状作成	11/8(水)、10(金)、11(土)、15(水)、17(金)、18(土) 13時30分～15時30分【全6回】	20人	受講料3,800円 教材費1,700円
⑤リバウンドしないお片づけ術	11/10(金)、24(金)10時～12時【全2回】	16人	1,200円

▷対象 ①③④⑤18歳以上(高校生を除く)、②65歳以上  
▷申込方法 ①②④10月11日(水)～14日(土)、③⑤10月17日(火)～21日(土)9時～17時に電話かFAXまたはEメールで【先着順】※定員に満たない場合は翌日以降も受け付けを継続(日曜・祝日を除く)  
▷費用納入 ①④10月19日(木)・20日(金)、③⑤10月30日(月)・31日(火)9時～16時に窓口で直接 ※④教材費は当日直接

## 厚別区民センターからのお知らせ

会場・申込先 厚別区民センター(厚別中央1の5)  
☎894-1581、FAX895-4471、Eatsu.cc@bz03.plala.or.jp

講座名	日時	定員	費用
①座ったまま、寝たままできる！体幹トレーニング	10/26(木)～12/7(木)の毎週木曜日 10時30分～12時【全6回】※11/23(祝)を除く	20人	4,000円
②医療講演会「浮腫軽減のための足マッサージ」	10/31(火)14時～15時	20人	無料
③笑顔いっぱい、さあ歌おう！	11/6(月)～12/4(月)の毎週月曜日 10時～11時30分【全5回】	20人	受講料3,000円 教材費300円
④はじめてのデジカメ講座	11/7(火)～12/5(火)の毎週火曜日 13時30分～15時30分【全5回】	15人	3,500円
⑤家庭でも美味しくコーヒー講座	11/9(木)～12/7(木)の毎週木曜日 13時30分～15時【全4回】※11/23(祝)を除く	20人	受講料3,000円 教材費2,500円
⑥特別講座 なるほど！カカオ・チョコレートセミナー	11/15(水)14時～15時	20人	無料

▷対象 18歳以上(高校生を除く)  
▷申込方法 ①③④⑤10月11日(水)～17日(火)10時～17時に電話かFAX、Eメールまたは直接【多数時抽選】  
②10月12日(木)～20日(金)、⑥10月16日(月)10時～17時に電話かFAXまたは直接【先着順】  
※全て、定員に満たない場合は翌日以降も受け付けを継続(日曜・祝日を除く)  
▷費用納入 10月18日(水)～24日(火)10時～17時に窓口で直接 ※③⑤教材費は講座初日に直接  
▷持ち物 ①飲み物・タオル、③筆記用具、④デジタルカメラ、カメラの取扱説明書、自分で撮影・印刷した写真3枚(L～2L判)、筆記用具、⑤台拭き用ふきん、食器用ふきん、コーヒーカップ、エプロン、タオル、お持ちの方はドリッパー  
▷その他 ①②動きやすい服装で参加してください。

**10/30(月)～11/3(祝)**  
厚別区民センター  
**文化祭**

期間中 毎日開催  
**作品展示**  
9時～17時  
※最終日は15時まで

11/2(木)  
**ダンスパーティー**  
<午前の部>10時～12時  
<午後の部>13時～15時

11/3(祝)  
**ステージ発表**  
10時～15時

広告

講座・行事名	日時	定員	費用
①健康フェスタ	10/26(木)10時～12時	40人	無料
②うたごえサロン～ドレミファーム～	10/28(土)13時30分～15時	なし	500円(飲み物付き)※中学生以下無料
③秋の親睦麻雀大会	10/29(日)9時30分～15時30分	40人	1,000円(昼食付き)
④体力づくりの基礎を学ぼう!	10/31(火)10時～12時	30人	500円
⑤「ぐるんぱ」おはなし会	11/6(月)10時30分～11時30分	なし	無料

▷対象 ①③④18歳以上(高校生を除く)、②なし、⑤就学前の子どもの保護者

▷申込方法 ①10月11日(水)～25日(水)、③10月11日(水)～23日(月)、④10月11日(水)～30日(月)9時～21時に電話か直接【先着順】

※②⑤申し込み不要。直接会場へ

▷費用納入 ②当日、③④当日までに窓口で直接 ▷持ち物 ④上靴、タオル、お持ちの方はヨガマット

▷その他 ①プログラムの一つ「骨密度測定」は、はだしで行うため、タイツやストッキングなどでの参加はご遠慮ください。

④動きやすい服装で参加してください。

## 厚別西地区センター文化祭

10/14(土)10時～15時  
15(日)10時～14時30分

- サークルステージ発表
- 展示発表、喫茶、バザー
- うどん・そば販売 など

厚別図書館からのお知らせ ※全て無料。直接会場へ

会場・詳細 厚別図書館 ☎894-1590

■たのしいお話会

読み聞かせボランティア「てぶくろ」が絵本や紙芝居などの読み聞かせを行います。

▷日時 10月14日(土)、21日(土)、28日(土)、11月4日(土)  
14時～15時

2017sapporo図書館オータムガーデン関連行事

図書展示「大人のための絵本」

10/26(木)～11/21(火)

大人が読んで楽しめるような、味わい深い絵本を展示します。

## 厚別区の境界線 ～北広島市編～

厚別区と"お隣さん"との境界線はどうなっているんだろう...? という疑問を解き明かすこのコーナー。

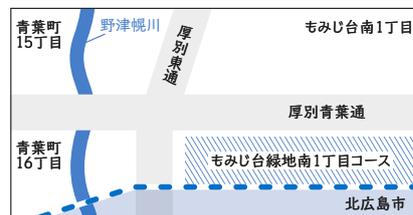
今回は、北広島市との境界線の一部を紹介します。

この記事に関する問い合わせ 総務企画課広聴係 ☎895-2428



### 北広島市との境界線は、 札幌市初のパークゴルフ場にあった!

自然豊かなパークゴルフ場「もみじ台緑地南1丁目コース」。平成2年に造られた札幌市最初のパークゴルフ場で、その南端は北広島市との境界線になっています。



広告



## 区役所から 子育て関連情報をお届けします！

### 子育て講座

#### こどものみ・か・た(子育てコーチング)

子どもの「見方」をよく知って、子どもの一番の「味方」になりましょう。

▷講師 日本青少年育成協会  
パパママコーチングトレーナー きはし ひさえ 北橋 尚枝 氏

▷日時 ①11月9日(木)10時～11時30分  
②11月14日(火)10時～11時30分  
※どちらか1回

▷会場 厚別区役所

▷対象 厚別区在住で、就学前の  
子どもの保護者 ※託児有り

▷定員 各20人【先着順】

▷費用 無料

▷申込方法 10月12日(木)から電話で  
(受付時間:9時～17時15分)

▷申込先 健康・子ども課子育て支援係 ☎895-2514



### 子育て情報室に 来てみませんか？

●育児相談や子育てサロンなど  
子育てに関する情報の提供

気軽にお越し  
ください！

●手作りおもちゃの作り方の紹介

●絵本や育児書の貸し出し など



#### 厚別保健センター35番窓口

#### 「子育て情報室」

利用時間:月～金曜日 8時45分～17時15分  
(土・日曜、祝・休日、12月29日～1月3日を除く)

▷詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎895-2514

### 広報ラジオ番組 厚別ふれあい・ ほっと・ステーション

毎週水曜日  
10時45分から  
FMドラマシティ  
77.6MHzで放送中!



### ～これからの放送は～

放送日	内容
10月11日	厚別図書館
10月18日	あつべつ食の文化祭2017
10月25日	厚別区民センター文化祭
11月1日	声の広報さっぽろ11月号
11月8日	変わる広報さっぽろ

※都合により番組内容を変更する場合があります。

77.6MHz

広告